

=成田道2=

10km 2時間コース

健康いいことメモ

このウォーキングコースを速歩で歩くと
体重60kgの人で500kcal消費します。

→これはドーナツ2個とジュース1本同じ
カロリーです。



安食
スタート

500m

百庚
申

1,800m

木曳
坂

1,200m

房総の
むら

2,030m

亀の子
池

850m

多宝
院

2,700m

ふれ
あい
さか
ざい

1,150m

安食
ゴール